



桜堂薬師

8月11日、市主催の文化財探訪が行われました。小学生ら14人が参加、中山道大湫宿や細久手宿を見学、土岐町桜堂薬師では、地元保存会より説明を受け、文化財を守り伝えていくことの大切さを教わりました。

みずなみ

主な内容

- | | |
|--------------|----------------|
| P 2 コミュニティバス | P 6 みんなの広場 |
| P 3 市政直行便 | P 8 応急手当 |
| P 4 福祉医療 | P 9 外国語指導助手 |
| P 5 東濃地震研だより | P 12 保健センターだより |

No. 977
平成11年(1999)

9-1

市制45周年

新首都
「東京から東濃へ」

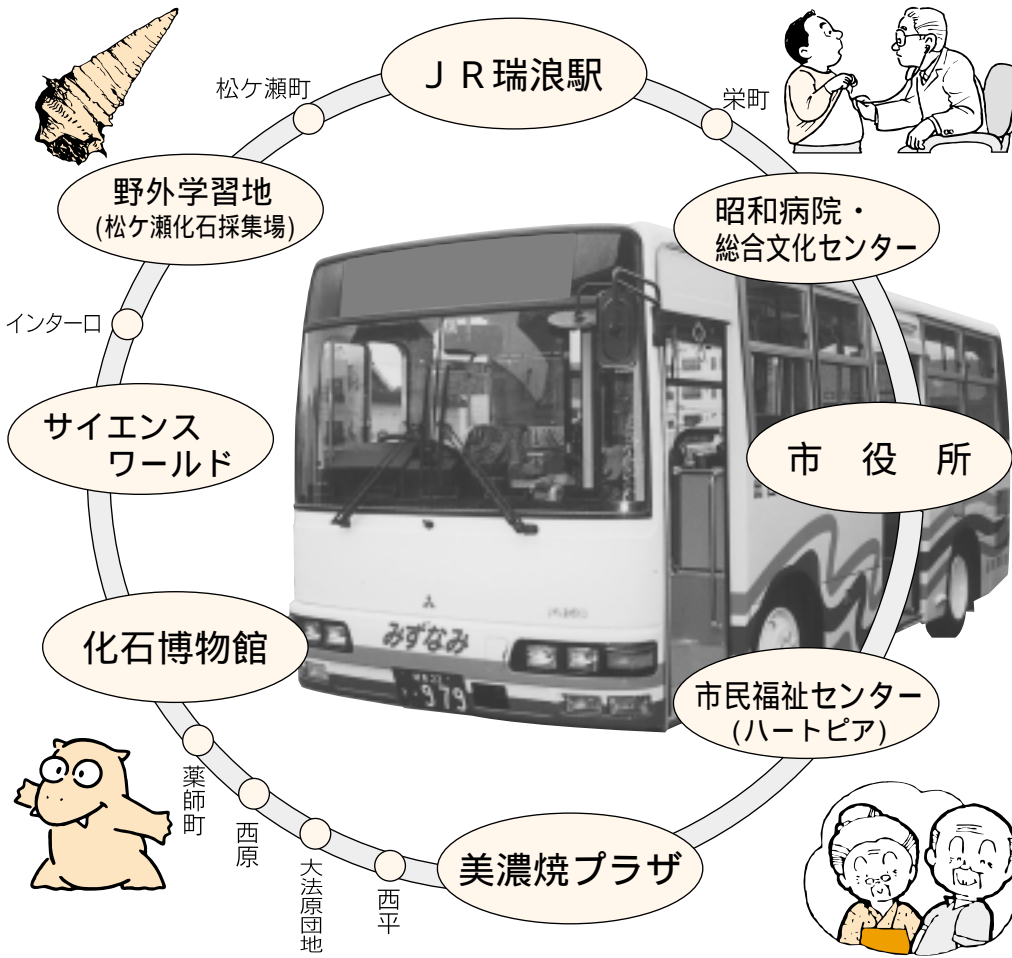
公共施設を循環する

「コミュニティバス」

10月1日から運行開始

運賃は
100円
です!

アングル



市では、今年の10月1日から、市民のみなさんに地域の足としてご利用いただくため、市内の公共施設を循環する「コミュニティバス」を試行運行します。

このコミュニティバスは、バス事業の路線廃止に伴う代替バスとして市が購入し、自主運行バスとして走っている「ブルーリバー号」を活用するものです。

コミュニティバスは、JR瑞浪駅を起点に市役所や総合文化センター、昭和病院、ハートピアなど、市内の公共施設を循環します。

今回の試行運転は、運賃100円（小学生以上）、1回の運行時間約30分間で、午前2回、午後1回の運行を行う予定です。

市民のみなさんのご利用をお待ちしています。

市では、今後も地域の足として、バス路線の確保に努めてまいりますので、ご理解・ご協力をお願いします。

担当：商工課 内線 481



▲ 8 / 14 土岐川清掃 (土岐町)



▲ 8 / 7 こかげとしょかん (陶町大川)



▲ 浪花通り商店街壁画 (瑞浪駅前)

議会だより

平成11年第三回市議会臨時会
が、8月20日(会期1日)に開
かれ、報告案件一件の報告と、
承認案件一件、人事案件一件、
その他案件一件の合計三件が審
議され、すべて原案どおり可決
されました。

今回の臨時会は、先の豪雨に
よる土木施設災害復旧に係る補
正予算の承認と、大竹助役、竹
山収入役の任期満了(8月31
日まで)に伴う収入役の選任等
についてです。

なお、助役については、当分
の間、空席とすることとなりま
した。



永井 恒 収入役

報告案件

専決処分
【公用車による交通事故の和解
と損害賠償額の決定について】

承認案件

専決処分の承認について
(平成十一年度瑞浪市一般会計
補正予算(第一号))

【歳入歳出予算をそれぞれ千四
百十万円追加し、総額を百一
十六億九千二百十万円とする
もの】

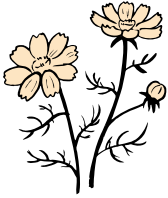
人事案件

瑞浪市収入役の選任につき同
意を求めることについて

【収入役に永井恒氏(陶町猿爪
四八四番地の三、60歳)を選
任することについての同意】

その他の案件

財産の取得について
【消防署陶分署の水槽付消防ボ
ンプ自動車を買替えるもの】



市政直行便

ゴミ袋について

私のような、一人暮らし、
また少人数の家庭では、今の
ゴミ袋では大きすぎて不経済
です。一週間分まとめて出す
にしても、夏などは生ゴミが
腐って困ります。土岐市のよ
うに、大中小3種類くらいの
ゴミ袋があれば、無駄無くゴ
ミが出せるのいいと思いま
す。一度御検討してください。
(寺河戸町Gさん)

ゴミ収集について

現在私の町では、地区によつ
ては、生ゴミなどのゴミが収
集してもらえません。
同じように税負担をしてい
るのに不平等だと思います。
現在ダイオキシン等のゴミ
問題は、早急に解決しなけれ
ばならないことだと思います。
市内のゴミの収集状況を、
今一度調査し、見直してくだ
さい。
(K・Kさん)

市指定のごみ袋のサイズについて
みなさんのご要望に添うよう、
現在のサイズのごみ袋に加え、同
じ材質で小さなサイズのごみ袋を
追加し、市指定のごみ袋が2種類
となるよう、10月1日実施に向け
準備しています。

現在のごみ袋の大きさ
(65cm x 78cm、45ℓ入り)
追加するごみ袋
(50cm x 70cm、30ℓ入り)

ごみの未収集地区については、毎年
改善につとめています。現在市
内には、まだ8力所の未収集地域
(日吉町松野区・深沢区高根・三
和之郷区、釜戸町平山区・大細区、
大湫町神田区・足又区、稲津町萩
原中洞区笹平)が残っています。
今年10月をめどに、市内全地域
で収集できるよう努力しています。
(クリーンセンター)

※市民のみなさんの、新鮮で柔
軟な発想による、まちづくりの
ためのアイデア、市政への建設
的な提言をお聞かせください

中国人殉難者

慰霊供養祭

日時 9月19日(日)14時から

場所 日中不再戦の誓い碑前

第二次世界大戦中、明世町等で行われた地下工場建設に伴う、強制労働による中国人犠牲者を弔い、日中友好ならびに世界恒久平和を願う供養祭が市民公園内で行われます。

照会先 福祉課 ☎内線103



地下壕一般公開

同日に、地下壕（地下工場予定地跡）の一部を公開します。

受付 いこいの広場（北側）

時間 10時から16時まで

持ち物 長靴、懐中電灯（ヘルメットのある方は、持参してください）

照会先 都市計画課 ☎内線245

東濃地震研だより④

（財）地震予知総合研究振興会
東濃地震科学研究所所長

青木治三

東濃に新しい地震観測網

平成7年の阪神大震災は、まだ記憶に新しいところ。足下にマグニチュード7クラスの大地震が起きれば、地盤が良くても震度は6、悪ければ7です。

人口が密集する市街地では、震度7ともなると死者が急増し、地盤の良し悪しが人の生死を分けることになるでしょう。

現在、地震予知の研究は進めていますが、予知することはまだ無理な状況です。

しかし、地震被害の予測はできるはず。そのためには地震観測が必要。地下構造も調べなくてはなりません。阪神大震災以来、どこが地震に強く、どこが弱いか、本格的な調査が始まりました。現在全国に何千台もの地震計が設置されています。しかし全国ともなると、地震計は各市町村に1台つづつという状態です。これでは細かいことは判りません。大都市ではもっと密度の高い観測が始まっています。たとえば、横浜市内には50台もの地震計があります。

東濃地震科学研究所でも、昨年度から地下構造調査、今年度から地震観測調査を始めました。現在の当研究所の観測網は瑞浪市に4地点、恵那市、岩村町、明智町、土岐市、御嵩町、名犬犬山地震観測所に各1地点、計10地点です。

本年度はさらに30地点増やす予定です。増設予定数は御嵩町3地点、土岐市7地点、瑞浪市16地点、山岡町3地点、明智町1地点です。東濃地域の地下構造や観測環境を考えるとこのような配置となります。

これが「東濃の新しい地震観測網」ですが今はまだ10地点です。これからさらに30地点探さなければなりません。

地震計設置に要する面積は1地点約1mに過ぎませんが、30地点ともなると探すのが大変です。

来年4月から観測を始めるためには、今年度中に機

器の設置を完了しなければなりません。設置場所は、公有地のほか私有地も設置場所の候補として考えています。

当研究所の地震観測は、地震防災の一環としての研究です。間もなく現地調査や地震計設置のため、役場・消防署・学校・会社あるいは直接みなさんのお宅にお願いに回ることをお思います。

なにとぞこの調査に、深いご理解と温かいご協力をいただきますようお願いいたします。

本年度設置予定の地震観測装置は、この大きさの約半分です。

▲観測装置を前にした青木所長





7/30 藤前干潟



8/18 クリーンセンター

みんなの広場

あつや 春日井惇文くん(2歳) 高月町
 み 水野はる美さん(2歳) 宮前町
 - 宮前児童館 -

9月の夕方6時の音楽は
「ふるさと」です。
「いかにいます父母 つつがなしや友がき
雨に風につけても 思いいずる故郷」

防災行政無線(屋外放送)は、窓を開けるか、外へ出て聴いてください。

みずなみエコスクール

7月20日から始まったこの学校は、青年会議所・生活学校・子ども会などでつくる実行委員会が主催、市内の小学5・6年生46人が参加しています。

環境家計簿の作成、インターネットを使った資料収集、土岐川の下流にあたる藤前干潟や市内のごみ処理場の見学など、学習を進めています。

同会スタッフの三輪武彦さんは「子どもたちは、刺激され興味を持ってきている。各家庭が頑張らないと環境問題は解決しない」と話していました。

10月23日には、文化センターで発表会が予定されています。

9月市議会 定例会日程

開会・議案上程
9月6日(月)

一般質問
9月13日(月)
9月14日(火)

採決・閉会
9月24日(金)

傍聴を希望される方は申込みが必要ですので、当日、議会事務局までお越しください。なお、傍聴人数には限りがあります。



▲700年の伝統『踊り念仏』

中山道芸能フェスタ

期日 10月31日(日) 12時～15時
会場 大湫小学校グラウンド
中山道沿線の市と町が協力し、郷土芸能をみなさんに紹介します。

追分節保存会(長野県軽井沢町)
跡部踊り念仏保存会 写真
(長野県佐久市)

木曾踊り保存会
(国の選択民俗無形文化財)
(長野県木曾福島町)

中津川風流おどり(中津川市)
牧野太鼓(美濃加茂市)
毛呂窪民芸保存会(恵那市)
剣の舞い(市無形民俗文化財)
御嵩町薬師祭礼保存会(御嵩町)
(県重要無形民俗文化財)

大湫太鼓(瑞浪市)
同時開催 中山道ウォーキング、
時代装束ラリー、宿場史料展など

国民文化祭・ぎふ99

文化財をいかしたまちづくり



地元土岐氏の歴史を学び続けて9年目を迎えた「美濃源氏フォーラム」が、8月7日、文化センターで、文化財保護活動とまちづくりをどう結びつけて行くかをテーマにシンポジウムを開催、市内各地でまちづくりに携わっている市民8人が登壇、意見交換をしました。

同会では、11月3日に土岐一族(明智光秀娘ガラシャ)と関わりの深い元総理大臣、細川護熙氏を招き『理想と人生』(仮題)というテーマで講演会を行う予定です。

命救う



8月8日、市内のプールで溺れている女兒(4歳)を救った陶町大川の三嶋知子さん、多治見市の石原龍巳さん、倉地猛さん、土岐市の水野信博さんに、8月18日消防本部から感謝状が贈られました。

4人は、協力して呼吸・脈の停止している女兒を救出、人工呼吸・心臓マッサージなどを行い一命を救いました。

看護婦の三嶋さんは、「今回のように、その場に居合わせた人の素早い応急処置が最も大切なので、もっと救急法をみなさんに広めてほしい」と話していました。

親子星空教室



8月19日、総合文化センターで、星空教室(中央公民館主催)が開かれました。60人の親子が参加、ポール紙製の天体望遠鏡を組み立てた後、サイエンスワールドの石樽陽一先生から、クイズを交えながら月や星座の話が聞きました。

このあと、全員で月を観察、参加した須藤友実さん(明世小6年)は、「手作り望遠鏡で、あんなにきれいに月の表面が見えるとは思いませんでした」と話していました。



踊り子150人大募集!

国民文化祭オープニング
パレードにバサラ瑞浪参加

とき 10月23日(土)
ところ 世界イベント村ぎふ
申込先 バサラ瑞浪普及振興会
永治昌代 ☎68-2248

『黒織部茶碗作り』

講師 岡田 実さん(陶芸家)



申込み 瑞浪陶磁資料館
☎67-2506

作陶講座

日時 9月26日(日) 9時~12時
定員 25人
受講料 1,200円

善意

甚禄会様 三万円
加藤 敏様 十万円
杉本 誠様 十万円
いずれも社会福祉事業へ

瑞浪市発明くふう展と 思いつき作品展

会期 9月11日(土)・12日(日)
会場 瑞浪市総合文化センター

命を救う 応急手当

9月9日は救急の日

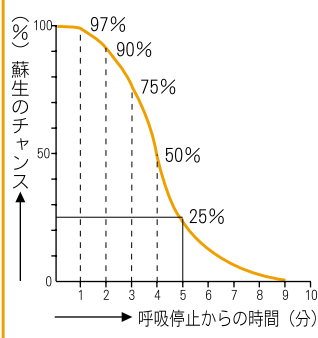
一人でも多くの命を救うため、消防本部では高度な救急処置を実施できる救急救命士を養成するとともに、救命資器材を整備した救急車、ヘリコプターを使った空の救急へと新しい救急業務に全力をあげて取り組んでいます。

しかし、職場や家庭だけが人や急病人が発生したとき、救急車を要請してから到着するまでには、どうしても平均で6分の時間がかかってしまいます。

呼吸や脈の停止した人の助かるチャンスは、時間の経過とともに失われてしまいます。

そばにいる人が、救急隊の到着するまでの間（平均6分）に、人工呼吸や心臓マッサージなどの応急手当を実施することが大切です。

ドリンカーの救命曲線



応急手当が必要な理由

呼吸が止まってしまっても、2分以内に人工呼吸を行えば、90%近くの人を救命できますが、3分後では75%、4分後では50%、5分後では25%と、時間がたつにしたがって、救命できる確率が減っていきます。

消防本部では、三つの輪をつなぐため救急の要請時、電話で必要な応急手当を指導します。その指導に従い、勇気を持って手当を行ってください。

救急隊が救急処置を行って医療機関に引き継ぐ。医療機関が高度な医療を行う。この三つが連携して初めて出来ることです。

市内では過去5年間に呼吸や脈の停止した状態で救急要請された181件の内、応急手当が実施されていたのは24件・実施率13%とわずかにすぎません。
救命効果をあげるには
現場に居合わせた人がすばやく応急手当を行い、救急隊に引き継ぐ。

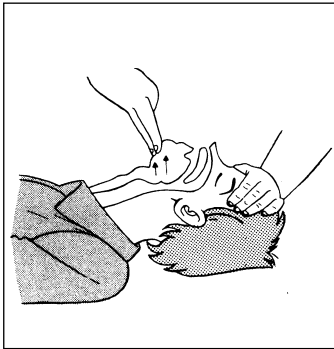
突然、人が倒れたら

① 観 察



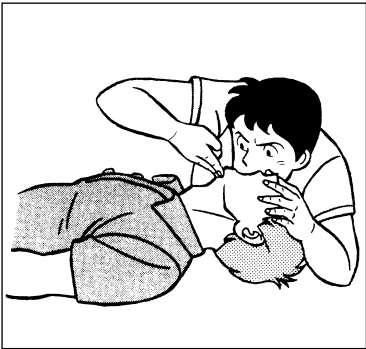
人が倒れたら、呼びかけをする

② 気道確保



空気の通り道を作り、呼吸をしやすくする

③ 人工呼吸 (成人)



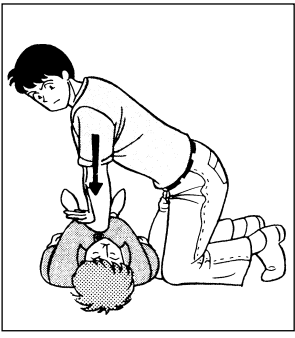
鼻をつまみ、1.5~2秒かけて息を吹き込む

④ 人工呼吸 (乳幼児)

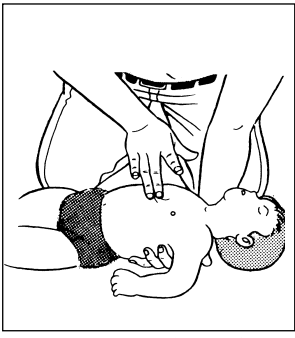


鼻と口から、息を吹き込む

(乳幼児) ⑤ 心臓マッサージ (成人)



毎分80~100回のペースで垂直に3.5~5cm圧迫する



中指と薬指を使い、毎分100~120回のペースで1.5~2.5cm圧迫する

心肺蘇生
呼吸と脈が回復するまで、人工呼吸2回、心臓マッサージ15回（乳児は、人工呼吸1回、心臓マッサージ5回）を交互に繰り返します。

私はジェイソン・シャピロです。

瑞浪のみなさん、よろしく！

こんにちは、ジェイソン・シャピロといいます。

オハイオ州のトレドという町からきました。トレドはジープやグラスの生産地として知られています。

私は現在28歳です。中学校、小学校、幼稚園を中心に、ALIT（外国語指導助手）として役立てたらと思っています。

7月末に来日し、やっと2週間が過ぎたところです。

私のバックグラウンドについて少し：
1998年にオハイオ州のボウリング・グリーン・ステイト大学



を卒業しました。

専攻は音楽で副専攻としてアジアについて学びました。日本の文化と日本語も2年間勉強しました。日本の伝統音楽（能や雅楽などの音楽）を学ぶのはとても楽しかったです。演奏するのは主にギターとサキソフォンです。特にギターには目がありません。ジャズが大好きです。

数年前に「教える」ことに興味をもちはじめました。きっかけはリテラシー・プログラム（学校において、文字を読むことができない児童に特別に読みを教えるコース）にボランティアとして参加したことでした。当時は2名の児童を受け持ちました。この経験により私自身が多くのことを学ぶことができました。またプライベートでギターを教えていたのも価値ある経験でした。

日本へは2年前に一度観光で訪れたことがあります。東京のホストファミリー宅でお世話になりました。

から、広島へも行きましたが、日本人のやさしい心遣いには感銘を受けました。実際の日本をみるのはとてもエキサイティングで、日本の現代的な町や自然の美しさなど、感激の連続でした。それ以来ぜひ日本へもう一度来たいと願っていたのです。

日本ではALITとして先生方と共に、子どもたちを精一杯援助したいと思っています。

9月から始まる学校訪問が楽しみです。またこの機会に自分自身の日本語の力を伸ばしたいとも思っています。互いに学びあえるよい機会だと思っています。

先の週末、瑞浪市の七夕祭りを見に行きました。日本でこのようなイベントを見るのは初めてでした。音楽があり、踊りがあり、屋台の店があり、粘土のオブジェがあり、その他もろもろ…。とても楽しいひとときでした。素晴らしい歓迎をありがとうございました。一年間よろしくお願ひします。

今月のイベント

サメとカニの世界

期間 9月5日(日)まで

会場 化石博物館

☎ 68・7710

映画 『君の手がささやいている』

日時 9月3日(金) 19時

場所 総合文化センター

照会先 社会福祉協議会

☎ 68・4148

渡辺哲雄講演会

『介護保険から見た老いの風景』

日時 9月18日(土) 19時

場所 陶公民館

照会先 陶宅老所

☎ 65・2920

としよかんホームコンサート

『馬頭琴で聴く日本の調べ』

日時 9月25日(土) 19時開演

会場 照会先 市民図書館

☎ 68・5529

瑞浪市美術展（一般の部）

期間 9月25日(土)

会場 総合文化センター

☎ 68・5281

企画展 『セト・ノベルティ』

期間 10月3日(日)まで

会場 瑞浪陶磁資料館

☎ 67・2506

●(社)美濃陶生苑職員募集

職種・人員・資格
 ケアワーカー 10人程度 高校卒業以上の学力を有し、高齢者介護に理解がある健康な方、昭和49年4月2日以降に生まれた方
 勤務先 特別養護老人ホーム(たじみ陶生苑・とき陶生苑・みずなみ陶生苑)
 採用日 平成12年4月1日
 試験 10月17日(日) 一般教養・小論文・面接
 申込締切 9月24日(金)
 問い合わせ・申込先 みずなみ陶生苑
 ☎63-2843

●実年『造園管理』技能講習

対象者 = 雇用就業を希望する、55歳以上おおむね65歳までの方
 募集定員 = 20人程度 開催場所 = 多治見市内会場 = 多治見市産業文化センター
 講習日 = 9月30日(木)~11月2日(火)
 参加費 = 受講無料、テキスト代無料
 申込期限 = 平成11年9月17日(金)(当日消印有効)
 申し込み方法 = 往復ハガキに「造園管理希望」として、講習会開催場所・郵便番号・住所・氏名・性別・生年月日・自宅電話番号を明記
 合同面接会 = 講習最終日に、公共職業安定所による就職相談あり
 申し込み = (社)岐阜県シルバー人材センター連合会技能講習係 〒500-8145 岐阜市雲井町3丁目12番地 ☎058-249-0228

●自衛官等募集

応募資格 日本国籍を有する高卒(見込み)の方。(平成12年4月1日現在)
 防衛大学校学生(推薦)
 資格...21歳未満の方、受付...9月6日(月)~9月10日(金)、試験日...9月18日(土)・19日(日)
 防衛大学校学生(一般)
 資格...21歳未満の方、受付...9月14日(火)~10月13日(水)、試験日...11月13日(土)・14日(日)
 防衛医科大学校学生
 資格...21歳未満の方、受付...9月14日(火)~10月13日(水)、試験日...11月6日(土)・7日(日)
 看護学生
 資格...22歳未満の女子、受付...9月14日(火)~10月13日(水)、試験日...10月28日(木)
 問い合わせ 自衛隊多治見事務所 ☎22-6024

あなたのカムバックを応援します!

●再就職希望登録者支援事業

出産や育児または介護などのために退職した方で、将来もう一度就職をしたいという方の登録を、無料で行っています。

登録された方は、再就職の準備に役立つ「情報誌」の送付、「個別相談」、教育訓練受講費の「割引」などが受けられます。

問い合わせ 21世紀職業財団岐阜事務所
 (〒500-8842 岐阜市金町4-30)
 ☎058-266-5033

ミュージアム中仙道 特別展

芝居絵 過去から未来—
 芝居が伝えるもの

期間 9月11日(土)~10月24日(日)

(有料、毎週火曜が休館日)

日本画から現代の油絵までさまざまなジャンルの芝居絵を展示します。

全国的にも珍しいのぞきカラクリの看板絵とその中に入るシコミ絵(『押絵』と呼ばれる技法で作られたもの)も展示します。

問い合わせ ミュージアム中仙道
 明世町戸狩331 ☎68-0505

市営住宅入居者募集 管財課 ☎内線324

団地名	所在地	形式	構造	募集数	家賃
下山田	山田町	2DK	簡2PC造	9	入居される方すべての収入・住居の規模・構造などにより決まります。
名滝	土岐町	2DK	簡2PC造	1	
鶴城	土岐町	2DK	簡平B造	10	
竜吟	釜戸町	2DK	簡平PC造	7	
		3K	簡平B造	1	
公文垣内	釜戸町	3DK	簡2PC造	2	
		2DK	簡平PC造	9	
日吉	日吉町	3K	簡平B造	1	
		2DK	簡2PC造	1	
浄円	陶町	2DK	簡平PC造	1	

応募資格 原則として市内に3カ月以上住所または勤務地があり、かつ、市税を滞納していない方
 現に同居または同居しようとする親族があり、世帯を構成する方
 単身で入居できる場合もあります。
 現に住宅に困窮し、収入基準に適合する方
 応募期間 9月1日(水)から9月16日(木)まで
 所得のわかる書類を持って来てください。

相談コーナー

ハートピア(市民福祉センター)

心配ごと相談 社会福祉協議会 ☎68・4148

日時... 9月6日(月)・13日(月)・20日(月)・27日(月)、
10月4日(月) 10時～15時

結婚相談 市民課 ☎内線105

日時... 9月8日(水)・26日(日)・29日(水)10時～16時

行政相談 市民課 ☎内線105

日時... 9月13日(月) 10時～15時

人権・法律相談 市民課 ☎内線105

日時... 9月16日(木) 10時～15時

高齢者職業相談室 商工課 ☎内線481

日時... 毎週火・木・金曜日(祝日を除く)

9時～16時

市役所1階市民相談室

身体障害者相談 福祉課 ☎内線104

日時... 9月6日(月)・17日(金)・27日(月)、
10月4日(月) 9時～12時

教育相談 学校教育課 ☎内線488

日時... 9月8日(水)・16日(木)・22日(水)・29日(水)
13時～17時

無料税務相談 税務課 ☎内線120

日時... 9月16日(木) 10時～15時

住宅修繕相談 都市計画課 ☎内線248

日時... 9月21日(火) 10時～15時

知的障害者巡回相談

日時 = 9月24日(金) 10時～15時

場所 = ハートピア

相談員 = 県知的障害者更生相談所医師ほか

相談内容

療育手帳の交付、確認の判定

施設入所判定

就職、日常生活に関する相談

申込 = 福祉課 ☎内線103

締切 = 9月17日(金)

現在お持ちの療育手帳が判定期限を過ぎている場合には、この判定を受けないと、医療費の助成・税金の控除などの適用が受けられないことがありますので注意してください。

10月のトレーニング講習会 市民体育館 ☎68-0747

毎週土・日曜日13時30分～(対象高校生以上)

毎週月曜日 18時30分～(対象高校生以上)

一回の講習は10人まで、申込はお早めに

3級ヘルパー養成研修

募集人員 20名

募集対象 ・瑞浪市に住所を有する方

・昭和29年4月1日以降に生まれた方

・全日程(50時間)を受講できる方

・ヘルパーとして活動できる方

研修終了後、登録ヘルパーとして受付します。

受講費用 テキスト代実費 5,200円

研修期間 10月15日から12月15日まで

会場 ハートピア

申込期限 9月30日(木)までに申込書を提出、

応募多数の場合は、書類選考により決定

問い合わせ 瑞浪市社会福祉協議会

☎68-4148(樽上町1-77)

瑞浪市社会福祉協議会職員募集

採用予定職種・人員・資格等

事務職員 1名(30歳以下) 社会福祉主事

(士) 資格取得者または取得見込者

社会福祉士 1名(35歳以下) 資格取得者
または取得見込者

看護婦 1名(40歳以下) 正看護婦資格取得者

ホームヘルパー 若干名(40歳以下)

介護福祉士、養成研修1・2級修了者

パートヘルパー 若干名(40歳以下)

養成研修1・2・3級修了者

福祉に理解と情熱があり、かつ健康で身元

確実な方、普通自動車免許を所有する方

応募期限 = 10月1日(金)

問い合わせ・申し込み

瑞浪市社会福祉協議会 ☎68-4148

地域振興券は、9月15日(水)
までしか使えません

今月の納期 (お支払いは便利な口座振替で)

市県民税(特別徴収) 8月分 9月10日(金)

国民健康保険料 9月分 9月30日(木)

国民年金保険料 9月分 9月30日(木)

水道料金・下水道使用料 8月分 9月30日(木)

斎場のお休み 市民課 ☎内線105

休場日 9月5日(日)・10日(金)・16日(木)・

22日(水)・28日(火)、10月4日(月)

保健センターだより

☎67-2700

●老人性痴ほう相談

場所＝保健センター

日 時	9月14日(火) 受付13:00～14:00
相談内容	物忘れが激しい、物を取られたと騒ぐ、興奮しやすくなった。 徘徊、昼夜逆転、不潔行為などでお困りの方や、接し方、介護方法等の相談
担 当	大湫病院医師

* 電話などでの予約が必要です。秘密は厳守します。

* ご家族の方のみのご相談も結構です。

母子健康手帳の交付

9月8日・22日・29日・10月6日・13日

9時30分に保健センターにお集まり下さい。

* 印鑑をご持参ください。

* 初妊婦の方は交付後30分程度のお話があります。

●健康は日々の努力の積み重ね

9月1日～30日までの1カ月間は、健康増進普及月間です。私たちの健康は、食事・運動・休養などの毎日のよい生活習慣によって保たれるものです。自分のライフスタイルを見直してみましょ。

あなたの健康習慣は？ - いくつ守っていますか -

睡眠時間は7～8時間とる はい・いいえ
朝食はほぼ毎日とる はい・いいえ
間食はあまりとらない はい・いいえ
体重は標準である はい・いいえ
運動・スポーツをしている はい・いいえ
酒は大量に飲まない(1日2合以下) はい・いいえ
たばこは吸わない はい・いいえ
はいは全部でいくつありましたか。はいの数

が多い人ほど寝たきりになる割合が少ないということが明らかにされています。一度身についた習慣は一朝一夕に解消できませんが、改善しやすいものから実行してみてください。

★リハビリ教室に参加してみませんか★

瑞浪市では、脳卒中などで体に障害のある方々を対象に、体操やレクリエーション・工作などを通じて、心身の健康の保持・機能維持をはかる教室を行っています。電話などで保健センターにお申込ください。

場 所	曜 日	時 間	内 容
ハートピア	毎週月曜日	9:30～11:30 (場合によっては変更あり)	血圧・握力・体重測定、体操、作業療法、レクリエーション、理学療法士による指導その他
陶宅老所いちにのさん	第1・3金曜日 (場合によっては変更あり)		

●乳幼児健診・相談・歯みがき教室

〈場所＝保健センター 料金＝無料〉

健診・相談名	実施日	受付時間	対象者	持ち物
1歳6カ月児健康診査 * 健診終了後希望者に歯みがき教室を実施します。	9月10日(金)	12時30分開始	平成10年3月生まれの男児	母子健康手帳 コップ・タオル ※保護者の歯科検診を同時に実施します。
	9月17日(金)		平成10年3月生まれの女児	
12カ月児相談	9月21日(火)	9時30分～11時	平成10年9月生まれ	母子健康手帳
中期・後期離乳食相談	9月8日(水)	13時30分～15時	生後7カ月以降の乳児 ※要電話予約	母子健康手帳
2歳6カ月児歯みがき教室	9月9日(木)	9時～11時	平成9年3月生まれ	母子健康手帳 使用中の歯ブラシ コップ
3歳児歯みがき教室	9月14日(火)		平成8年7月生まれ	
3歳6カ月児歯みがき教室	9月21日(火)		平成8年3月生まれ	
6歳臼歯ムシ歯予防教室	9月21日(火)	14時30分開始	平成5年9月生まれ	母子健康手帳 コップ・タオル

広報みずなみは、最新の3号(全ページ)が、瑞浪市ホームページでご覧になれます。

広報みずなみ(題字 瑞浪市長) 発行/瑞浪市 <http://www.city.mizunami.gifu.jp/index.html>

〒509-6195 岐阜県瑞浪市上平町1丁目1番地 ☎68-2111

☎ 6 8 - 2 1 1 1